

Valtuustoaloite - Lasten ja vanhempien yhteinen maksuton perheliikuntatunti

Kvalt 27.04.2026 § 51
253/12.04.00/2026

Valtuutettu Veikka Ylitalo jätti Kokoomuksen valtuustoryhmän puolesta seuraavan sisältöisen valtuustoaloitteen:

"Kittilä Kvalt 27.4.2026

Ryhmän valtuustoaloite

Lasten ja vanhempien yhteinen maksuton perheliikuntatunti

Lasten ja nuorten liikkumattomuus kasvaa huolestuttavan nopeasti Suomessa, heikentäen fyysistä kuntoa ja lisäten terveysriskejä. Vähäinen liikunta heikentää myös keskittymiskykyä, mielialaa sekä jaksamista. Vanhempien esimerkillä on merkittävän suuri vaikutus lapsen liikunnallisuuteen ja aktiivisuuteen.

Vuoden 2025 kouluterveyskyselyn mukaan Kittiläläisistä 4.- 5 luokkalaisista 41 %:lla oli kipua ainakin kolmessa kehonosassa vähintään kerran viikossa. Samanikäisistä vain 38 % liikkui vähintään tunnin päivässä.

Kittilän kunnan tulisinakin järjestää tätä varten ennaltaehkäisevä hyvinvointipalvelu. Palvelun tarkoitus on vastata lasten ja nuorten liikkumattomuuden haasteeseen sekä vahvistaa vanhempien roolia lasten liikunnallisen elämäntavan tukemisessa.

Kunnan maksuton palvelu on suunnattu lapsille ja heidän vanhemmilleen. Viikoittaiset perheliikuntatunnit järjestetään koulujen liikuntasaleissa, pihilla ja muilla liikuntapaikoilla eri puolilla Kittilää. Toimintaa toteutetaan jokaisella koululla, ja tarvittaessa kunta järjestää kuljetukset, jotta osallistuminen on helppoa kaikille. Tavoitteena on matala osallistumiskynnys, hyvä saavutettavuus ja yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua perheen taloudellisesta tilanteesta riippumatta.

Perheliikuntatuntien tavoitteena on tutustuttaa lapset ja vanhemmat monipuolisesti eri liikuntamuotoihin matalalla kynnyksellä sekä tarjota positiivisia ja innostavia liikuntakokemuksia ilman kilpailupainetta. Keskiössä on yhdessä liikkuminen, joka vahvistaa vuorovaikutusta ja lisää ymmärrystä liikunnan merkityksestä. Palvelun ydin on vanhempien aktiivinen osallistuminen ja esimerkin näyttäminen, jotta liikunnasta tulee osa koko perheen arkea myös ohjattujen tuntien ulkopuolella.

Toiminta toteutetaan kunnan, koulujen ja paikallisten urheiluseurojen yhteistyönä ja sille voidaan hakea myös ulkopuolista hankeavustusta.

"Liikutaan yhdessä" -malli on helposti toteutettava ja vaikuttava keino lisätä liikkumista sekä parantaa perheiden hyvinvointia pitkäjänteisesti.

Edellä esitetyn perusteella esitämme, että Kittilän kunnan liikuntatoimi selvittää perheliikuntamallin käyttöönoton mahdollisuudet yhdessä paikallisten seurojen ja yhdistysten kanssa - voisivatko seurat ja yhdistykset järjestää esimerkiksi viikoittaisia matalan kynnyksen monipuolisia liikuntatunteja perheille? Näitä voisivat olla esimerkiksi perheuinti, perhejumppa, perheluistelu, perhesisäliikunta jne.

Kokoomuksen valtuustoryhmä"

Päätös

Kokouksen puheenjohtajana toiminut kunnanvaltuuston 1. varapuheenjohtaja Pekka Rajala totesi, että aloite liitetään pöytäkirjaan ja lähetetään kunnanhallitukselle valmisteltavaksi.